

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Ketertarikan pada empati remaja saat ini menjadi hal yang harus menjadi perhatian lebih, karena pada tahap perkembangan remaja mereka cenderung lebih melakukan suatu tindakan perilaku impulsif. Seperti pada saat ada remaja yang sedang dirundung (*di-bully*) baik itu secara verbal maupun fisik, ada beberapa remaja yang merasa senang ketika melihat kejadian itu dan ada pula dari mereka yang terbawa untuk melakukan tindakan perundungan dibandingkan dengan menolong remaja yang sedang dirundung tersebut. Individu yang merasa senang ketika melihat orang lain menderita, mereka dinamakan dengan *schadenfreude*.

Peneliti berasumsi apabila ada remaja yang merasa bahwa dirinya bahagia ketika melihat orang lain menderita, mereka cenderung mempunyai empati yang rendah. Seorang remaja didefinisikan berada dalam posisi itu karena ia tidak bisa menerima diri dengan kondisi saat ini dan kondisi pada masa lalunya, tidak mempunyai hubungan yang baik dengan orang lain, serta tidak memiliki kemampuan untuk mengatur dirinya sendiri dan juga lingkungannya. Status 'remaja' kontras dengan status seseorang yang mencari jati diri, sesuai dengan pendapat seorang tokoh psikologi yaitu Erikson, menurutnya pencarian jati diri merupakan salah satu tahap perkembangan pada masa remaja.

Hal ini perlu diperhatikan, mengingat bahwa hampir separuh pengungsi dunia adalah anak-anak dan remaja, ini berdasarkan data *United Nations High Commissioner for Refugees* (UNHCR).¹ Davis mendefinisikan empati sebagai sekumpulan konstruk yang berkaitan dengan respon seseorang terhadap

¹ Winnie Lau dan Trang Thomas, *Research Into the Psychological Well-Being of Young Refugees*, (International Psychiatry, 2008), h. 60.

pengalaman orang lain.² Empati ternyata merupakan kemampuan yang sangat penting karena memungkinkan kita untuk menyesuaikan diri dengan perasaan orang lain maupun dengan apa yang sedang orang lain pikirkan. Selain itu, empati juga memungkinkan kita untuk memahami maksud orang lain, memperkirakan perilaku mereka, dan mengalami sebuah emosi yang dipicu berdasar emosi orang lain.³

Menurut Howe ketika individu mampu mengelola perasaan dalam suatu peristiwa atau situasi saat orang lain dalam kesulitan dan kesusahan maka individu tersebut memiliki kecenderungan berempati yang tinggi. Hal ini dikarenakan karena individu yang memiliki kecenderungan empati akan segera melakukan tindakan untuk membantu atau menolong orang lain yang sedang dalam kesulitan tersebut.⁴ Maka apabila individu tidak mampu memahami hal yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang lain maka individu tersebut memiliki kemampuan berempati yang rendah untuk terlibat membantu orang lain yang mengalami kemalangan.

Empati merupakan inti emosi moral yang membantu individu memahami perasaan orang lain. Empati membuatnya menjadi peka terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain, mendorongnya menolong orang yang kesusahan atau kesakitan, serta menuntutnya memperlakukan orang dengan kasih sayang. Empati yang kuat mendorong individu bertindak benar karena ia bisa melihat kesusahan orang lain sehingga mencegahnya melakukan tindakan yang dapat melukai orang lain. Kemampuan berempati merupakan kemampuan untuk paham, tenggang rasa dan memberikan perhatian kepada orang lain. Kemampuan untuk memahami status seseorang dalam kelompok

² Davis, M. H., *Empathy: A Social Psychological Approach*, (Dubuque: Brown & Benchmark, 1996).

³ Baron-Cohen, S. & Wheelwright, S., *The Empathy Quotient: An Investigation of Adults with Asperger Syndrome or High Functioning Autism, and Normal Sex Differences*, (Journal of Autism and Developmental Disorders, 2004), h. 163-175.

⁴ Howe, *Empati, Makna dan Pentingnya*, (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2015), h. 125.

(sosioempatis) penting bagi penyesuaian individu, karena menentukan bagaimana individu berperilaku dalam suatu situasi sosial.

Empati memiliki daya dorong yang kuat dalam merubah pola pikir yang kaku menjadi lebih lentur serta mengubah sikap yang cenderung egois menjadi lebih toleran. Kemampuan berempati merupakan suatu kompleksitas yang terdiri dari aspek kognitif dan afektif, yang menggabungkan kedua dimensi ini secara harmonis sehingga tidak hanya mampu mewujudkan dalam pikiran, tetapi juga dalam tindakan nyata. Tanggung jawab pribadi untuk memberikan kontribusi kepada individu lain akan mencapai hasil yang paling efektif ketika diwujudkan dalam bentuk perilaku konkret dan terukur. Melalui penyatuan yang serasi dari berbagai aspek dalam kemampuan berempati, seseorang akan lebih mampu dengan cermat dan seimbang melihat serta menangani masalah yang tengah dihadapi.

Empati memungkinkan individu untuk memahami maksud orang lain, memprediksi perilaku mereka dan mengalami emosi yang dipicu oleh emosi mereka.⁵ Kompetensi sosial individu dalam interaksi dan keterhubungannya dengan individu lain memerlukan empati sebagai dasarnya. Membentuk hubungan yang menyenangkan, membina kedekatan hubungan serta membuat orang lain merasa nyaman bisa terbangun bila terdapat penghayatan masalah atau kebutuhan yang tersirat di balik perasaan orang lain.⁶

Ketika seseorang semakin mengembangkan tingkat kesadaran terhadap dirinya sendiri, maka landasan bagi kemampuan empati juga semakin kokoh. Keberanian untuk mengakui dan mengungkapkan emosi secara lebih terbuka akan berdampak positif terhadap kemampuan seseorang dalam mengartikan makna dari interaksi sosial yang terjalin. Semakin dalam proses pertumbuhan ini dilakukan, semakin meningkat pula keterampilan dalam membaca serta

⁵ Baron-Cohen S & Wheelwright S, *The Empathy Quotient: An Investigation of Adults with Asperger Syndrome or High Functioning Autism, and Normal Sex Differences*, (Journal of Autism and Developmental Disorder, 2004), h. 162.

⁶ Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI Lebih Penting daripada IQ*, Alih Bahasa : T. Hermaya, (Jakarta: Gramedia, 1997).

memahami nuansa yang tersembunyi dalam interaksi tersebut. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penguatan kesadaran diri merupakan fondasi utama yang memberi daya dorong bagi perkembangan dan peningkatan kemampuan empati yang mendalam.

Empati merupakan bagian penting yang digunakan untuk membangun sebuah komunikasi serta hubungan sosial yang positif antar sesama anggota kelompok, dengan adanya empati, orang dapat memberikan sebuah respon yang diharapkan atau di butuhkan oleh lingkungan di sekitarnya. Empati mendorong orang untuk mampu memahami dan melihat permasalahan dari sudut pandang yang sesuai, agar dapat menempatkan diri dan memberikan respon yang sesuai dengan permasalahan tersebut.

Schadenfreude bertentangan dalam nilai yang dianggap masyarakat karena hal itu berkaitan dengan seberapa menyenangkan yang mereka rasakan terhadap penderitaan orang lain. *Schadenfreude* muncul ketika situasinya tidak disebabkan oleh orang yang mengalaminya. *Schadenfreude* jelas merupakan perasaan emosional, tetapi tampaknya tidak memiliki kecenderungan tindakan yang terkait dengan mereka. Sebagian besar emosi ditandai dengan memunculkan kecenderungan tindakan spesifik yang membantu individu mengatasi situasi. Emosi spesifik muncul sebagai respons terhadap ancaman tertentu di lingkungan, dan mengaktifkan kecenderungan tindakan spesifik untuk menghadapi ancaman itu. Misalnya, dendam muncul dari situasi yang tidak adil dan dendam memicu keinginan untuk mengambil tindakan terhadap ketidakadilan ini.

Setiap emosi memiliki fungsi dalam membantu setiap individu. Salah satu fungsi emosi terletak pada kecenderungan reaksi yang mereka tunjukkan, fungsi ini menyatakan bahwa *schadenfreude* berfungsi sebagai sinyal bagi suatu individu bahwa sesuatu yang penting sedang terjadi dan membutuhkan perhatian. *Schadenfreude* dipahami sebagai sinyal bahwa sesuatu yang menarik sedang terjadi dalam situasi di mana orang lain mendapatkan hasil yang tidak

menguntungkan. Emosi manusia dibentuk oleh kecenderungan untuk membandingkan keadaan relatif diri sendiri dengan orang lain.

Keengganan atas ketidaksetaraan memprediksi bahwa individu sensitif terhadap bagaimana imbalan mereka dibandingkan dengan orang lain dan oleh karena itu individu dapat bereaksi negatif terhadap perlakuan tidak adil.⁷ Untuk memeriksa apakah *schadenfreude* berkembang sebagai respons terhadap keengganan yang tidak adil, peneliti menilai reaksi remaja terhadap kemalangan orang lain. Berdasarkan hasil pengamatan secara tidak langsung dilapangan, ternyata banyak remaja yang mengalami *schadenfreude*. Perilaku yang ditimbulkan setiap individu berbeda-beda, ada yang merasa senang ketika melihat orang lain sedang *dibully*, ada pula yang merasa senang ketika melihat temannya yang selalu mendapat juara di kelas menjadi turun peringkatnya. Mempertimbangkan adanya evolusi dari reaksi negatif terhadap penyaluran yang tidak menguntungkan, ada kemungkinan bahwa *schadenfreude* telah berevolusi sebagai reaksi positif terhadap akibat dari ketidakadilan.

Tetapi mengapa individu kadang-kadang menikmati kemalangan orang lain? Frijda (1988) berpendapat dalam artikelnya yang berpengaruh yaitu "*The Laws of Emotion*" bahwa "*Emosi timbul sebagai respons terhadap peristiwa yang penting bagi tujuan, motif, atau kekhawatiran individu*".⁸ Selaras dengan pandangan ini, peneliti berpendapat bahwa kemalangan orang lain dapat mendatangkan *schadenfreude*, oleh karena itu diperlukan perhatian lebih kepada seorang *schadenfreude*. *Schadenfreude* terbentuk dari pemahaman suatu konsep diri yang salah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *schadenfreude* lebih tinggi dalam situasi nyata daripada dalam situasi hipotetis. Lebih penting lagi, tingkat identifikasi dalam kelompok juga meningkatkan *schadenfreude* pada mereka yang telah mengalami peristiwa nyata. Hal ini

⁷ Loewenstein GF dkk., *Social Utility and Decision Making in Interpersonal Contexts*, (Journal of Personality and Social psychology, 1989), h. 426.

⁸ Frijda, N. H., *The Laws of Emotion*, (American Psychologist, 1988), h. 349.

menggarisbawahi pentingnya menilai *schadenfreude* dalam panasnya momen tersebut.

Pada kenyataannya *schadenfreude* hanya menyebabkan sedikit kesadaran pada kondisi yang sedang dialami, sementara itu perhatian pada pikiran dan perasaan malah jadi terabaikan dan lebih terfokus ke pengalaman yang ada diluar, kontak sosial dengan individu lain, terbayang kepada masa lalu, maupun merasa takut dengan masa depan. Separuh kehidupan mereka berlangsung dengan mode *autopilot*, mereka terjerumus ke dalam kondisi akan reaksi secara otomatis, terlebih pada saat mereka ada di suatu situasi yang sangat menekan. Keadaan *mindlessness* seperti ini membuat seseorang hilang kendali kepada dirinya sendiri dikarenakan tidak sadar akan respon fisik yang jadi pengingat (alarm) dalam menyesuaikan diri. Di titik inilah lalu kerap kali orang menilai dirinya dengan rendah diri dikarenakan mereka tidak mampu bereaksi pada keadaan melalui jalan yang tepat. Berusaha melawan maupun menghindari pikiran atau perasaan yang tidak diinginkan dapat benar-benar meningkatkan tekanan emosi sehingga dapat menyebabkan kesulitan untuk berpikir jernih kemudian menimbulkan ketidakstabilan pada empati.

Terbentuknya konsep diri yang negatif pada remaja diharapkan mampu dibentuk kembali menjadi konsep diri yang positif dengan sebuah pengaruh. Salah satunya dengan menggunakan pengaruh muhasabah. Peneliti memilih menggunakan pengaruh muhasabah dikarenakan pada pengaruh ini setiap perilaku yang dilakukan dapat diketahui ataupun dinilai baik-buruknya. Muhasabah merupakan suatu aktivitas untuk diri sendiri yakni dengan mengintropeksi, mawas, maupun meneliti diri. Dengan cara menghitung-hitung perbuatan setiap tahun, bulan, hari, bahkan setiap saat. Oleh karena itu muhasabah tidak harus dilakukan pada akhir tahun atau akhir bulan. Namun perlu juga dilakukan setiap hari, bahkan setiap saat.⁹

⁹ Amin Syukur, *Tasawuf Bagi Orang Awam (Menjawab Problematika Kehidupan)*, (Yogyakarta: LPK-2, Suara Merdeka), 2006, h. 83.

Beberapa penelitian telah dilakukan, terutama dalam beberapa tahun terakhir, yang telah meneliti efek dari intervensi peningkatan empati berbasis pengaruh muhasabah. Dengan pengaruh ini peneliti berharap agar remaja dengan *schadenfreude* bisa lebih meningkatkan keintropeksian dirinya sendiri, menyadari bahwa memposisikan kita terhadap orang lain itu perlu, tidak ada yang bisa melakukan apa – apa melainkan atas ridho Allah SWT. Konsep muhasabah juga terdapat dalam al-Qur'an dalam surat al-Hasyr ayat 18-19 :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَٰئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ

Artinya:

“Hai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap diri memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. Dan janganlah kamu seperti orang-orang yang lupa kepada Allah, lalu Allah menjadikan mereka lupa kepada diri mereka sendiri. Mereka itulah orang-orang yang fasik” (QS. Al-Hasyr:18-19).

Latar belakang penelitian ini mencerminkan perhatian terhadap aspek psikologis remaja dalam mengembangkan empati dan perilaku *schadenfreude* (kepuasan atas penderitaan orang lain), yang merupakan fenomena kompleks yang dapat mempengaruhi interaksi sosial dan kesejahteraan individu. Dalam konteks perkembangan remaja, periode ini sering kali diwarnai oleh eksplorasi identitas dan perasaan kuat terhadap emosi. Muhasabah, sebagai praktik refleksi diri dalam perspektif Islam, memiliki potensi untuk memengaruhi pola pikir dan respons emosional remaja terhadap penderitaan orang lain. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis **“Pengaruh Muhasabah Terhadap Empati pada Remaja *Schadenfreud*”**.

B. Rumusan Masalah

Untuk memudahkan arah dan fokus penelitian, sesuai dengan apa yang tertulis di latar belakang, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran muhasabah pada remaja *schadenfreude*.
2. Bagaimana gambaran empati pada remaja *schadenfreude*.
3. Bagaimana pengaruh muhasabah terhadap empati pada remaja *schadenfreude*.

C. Tujuan Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti bermaksud :

1. Bagaimana gambaran muhasabah pada remaja *schadenfreude*.
2. Bagaimana gambaran empati pada remaja *schadenfreude*.
3. Bagaimana pengaruh muhasabah terhadap empati pada remaja *schadenfreude*.

D. Manfaat Hasil Penelitian

Beberapa hal khususnya sebuah penelitian dapat dilihat bermanfaat secara akademis maupun praktis. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan memiliki manfaat dalam hal berikut:

1. Manfaat Akademis (Teoritis)

Penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan di bidang tasawuf dan psikoterapi, yaitu mengenai pengaruh muhasabah terhadap empati pada remaja *schadenfreude*. Selain itu, penelitian ini secara teoritis diharapkan mampu memperkaya literatur mengenai pengaruh dari pengaruh muhasabah terhadap empati pada remaja *schadenfreude*.

2. Manfaat Praktis

- a. Dapat digunakan sebagai bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya mengenai pengaruh muhasabah terhadap empati pada remaja *schadenfreude*.
- b. Dapat memberikan informasi bagi pembaca laporan penelitian ini mengenai pengaruh muhasabah terhadap empati pada remaja *schadenfreude*. Sehingga pembaca dapat memaksimalkan pengaruh

muhasabah apabila hasil menunjukkan bahwa pengaruh ini berpengaruh terhadap *schadenfreude* dalam meningkatkan empati pada remaja.

E. Kerangka Berpikir

Sikap empati merupakan sebuah sikap yang sangat penting untuk dimiliki oleh semua manusia, karena dengan sikap tersebut menunjukkan kepedulian kita terhadap kejadian yang dirasakan oleh orang lain. Menurut Hoffman empati adalah keterlibatan proses psikologis yang membuat seseorang memiliki *feelings* yang lebih kongruen dengan situasi diri sendiri.¹⁰ Davis mendefinisikan empati sebagai sekumpulan konstruk yang berkaitan dengan respon seseorang terhadap pengalaman orang lain.¹¹ Semakin dalam rasa empati seseorang, semakin tinggi rasa hormat dan sopan santunnya kepada sesama. Biasanya orang yang memiliki sikap empati ini sangat peduli dan rela bertindak untuk memberikan bantuannya kepada siapa saja yang memang benar-benar harus dibantu.

Empati merupakan salah satu dasar berlangsungnya interaksi sosial, baik orang perorangan, orang perorangan dengan suatu kelompok atau sebaliknya dan antara suatu kelompok dengan kelompok lainnya. Hoffman mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi empati terdiri dari beberapa hal, yakni: sosialisasi, *mood* dan *feeling*, proses belajar dan identifikasi, situasi dan tempat, komunikasi, pola asuh orang tua, kepribadian, jenis kelamin, usia, serta derajat kematangan.¹² Kemudian Davis mengemukakan ada empat aspek dalam empati antara lain, yaitu: *perspective taking*, *fantasy*, *empathic concern*, dan *personal distress*.¹³

Dalam kerangka penelitian ini, peneliti akan memfokuskan perhatiannya pada peran muhasabah dalam membentuk dan mengembangkan kemampuan

¹⁰ Hoffman M L, *Interaction of Affect and Cognition in Empathy*, (Cambridge: Cambridge University Press, 1984).

¹¹ Davis, M. H., *Empathy: A Social Psychological Approach*, (Dubuque: Brown & Benchmark, 1996).

¹² Hoffman M L, *Empathy and Moral Development*, (Cambridge: Cambridge University Press, 2000)

¹³ Fuad Nashori, *Psikologi Sosial Islami*, Cetakan 1, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2008).

empati. Konsep muhasabah digunakan untuk mengiluminasi dampak yang dihasilkannya terhadap kemampuan empati individu. Muhasabah mencakup proses evaluasi diri yang melibatkan refleksi mendalam, introspeksi pribadi, dan penilaian yang jujur terhadap tindakan dan perilaku yang dijalankan dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan utama dari pendekatan ini adalah merangsang perubahan dari perilaku yang bersifat negatif menuju perilaku yang lebih positif dan konstruktif.

Dalam penelitian ini, peneliti akan secara cermat mengeksplorasi dampak-dampak nyata dari penerapan muhasabah terhadap pengembangan empati. Melalui pengkajian mendalam terhadap diri sendiri, individu memiliki kesempatan untuk menggali lapisan-lapisan emosi dan pemikiran yang mendasari interaksi dan respons terhadap lingkungan sekitar. Proses ini kemudian menjadi katalisator untuk perubahan, di mana pemahaman yang lebih dalam terhadap pengalaman pribadi mendorong individu untuk menggugah potensi empati yang ada dalam dirinya.

Dengan demikian, penelitian ini bukan hanya berfokus pada pengaruh muhasabah terhadap peningkatan empati semata, tetapi juga pada bagaimana muhasabah mampu menjadi alat transformatif dalam merumuskan ulang cara individu merespons dan berinteraksi dengan dunia di sekitarnya. Diharapkan bahwa hasil temuan dari penelitian ini akan memberikan wawasan yang berharga tentang bagaimana muhasabah dapat menjadi instrumen penting dalam mengarahkan individu menuju perilaku yang lebih penuh pengertian, penghargaan, dan keterbukaan terhadap kebutuhan dan perasaan orang lain. Pengaruh muhasabah dalam konseling berguna untuk menyadarkan pasien membuat pilihan yang menepati hukum Allah dan tidak mencari alasan pembenaran yang merugikan diri sendiri di dunia dan akhirat.¹⁴

Pandangan Ibnu Qayyim al-Jauziyah mengenai muhasabah merujuk pada suatu sikap yang konsisten dalam mengukur serta mengevaluasi diri secara

¹⁴ Yatimah Sarmani, Mohd. Tajuddin Ninggal, *Teori Kaunseling Al-Ghazali*, (Kuala Lumpur: PTS Islamika, 2008), h. 153.

objektif, sejalan dengan kehendak Ilahi, sehingga mampu menghindari perasaan berlebihan dalam rasa bersalah, kecemasan, dan gejala emosi lainnya. Prinsip muhasabah ini membawa individu untuk mengembangkan pemahaman bahwa introspeksi ini sejalan dengan ajaran dan tujuan Allah SWT, sehingga tak melahirkan konflik batin. Melalui praktek muhasabah, seseorang menjadi lebih peka terhadap kelemahan dan kelebihan yang ada dalam dirinya, juga memahami tanggung jawabnya terhadap hak-hak yang dimiliki Allah SWT.

Rangkaian tahap dalam proses muhasabah, yang meliputi pembersihan diri, pengembangan diri, dan penyempurnaan diri, membentuk fondasi yang kokoh dalam membina kesehatan mental dan menjadikan muhasabah sebagai bagian integral dari kehidupan sehari-hari. Keseluruhan proses ini dirancang secara teliti untuk membimbing individu melintasi perjalanan batin yang bermakna. Setiap tahap memiliki peran unik dalam memfasilitasi pertumbuhan spiritual dan emosional individu.

Tidaklah cukup hanya dengan pemahaman teoretis, melainkan penerapan keterampilan bermuhasabah yang harus dijalin melalui latihan-latihan yang berkelanjutan. Seperti tumbuhnya bunga yang membutuhkan waktu dan perawatan, demikian juga kemampuan dalam bermuhasabah yang perlu dilatih secara terus-menerus. Hanya dengan latihan yang berkesinambungan, individu dapat mengasimilasi muhasabah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari identitas serta perilaku sehari-hari, memberikan dampak yang signifikan dalam pengembangan diri dan pencapaian kesejahteraan mental.

Schadenfreude mengacu pada pengalaman merasakan kesenangan pada ketidakberuntungan orang lain.¹⁵ Rasa senang ini selain meliputi kemalangan orang lain, juga meliputi kebencian, iri terhadap seseorang atau kelompok, dan defensif.¹⁶ Penelitian baru-baru ini menunjukkan bahwa orang yang mengalami

¹⁵ van Dijk dkk., *When People Fall From Grace: Reconsidering The Role of Envy in Schadenfreude*, (Emotion, 2006), h. 155.

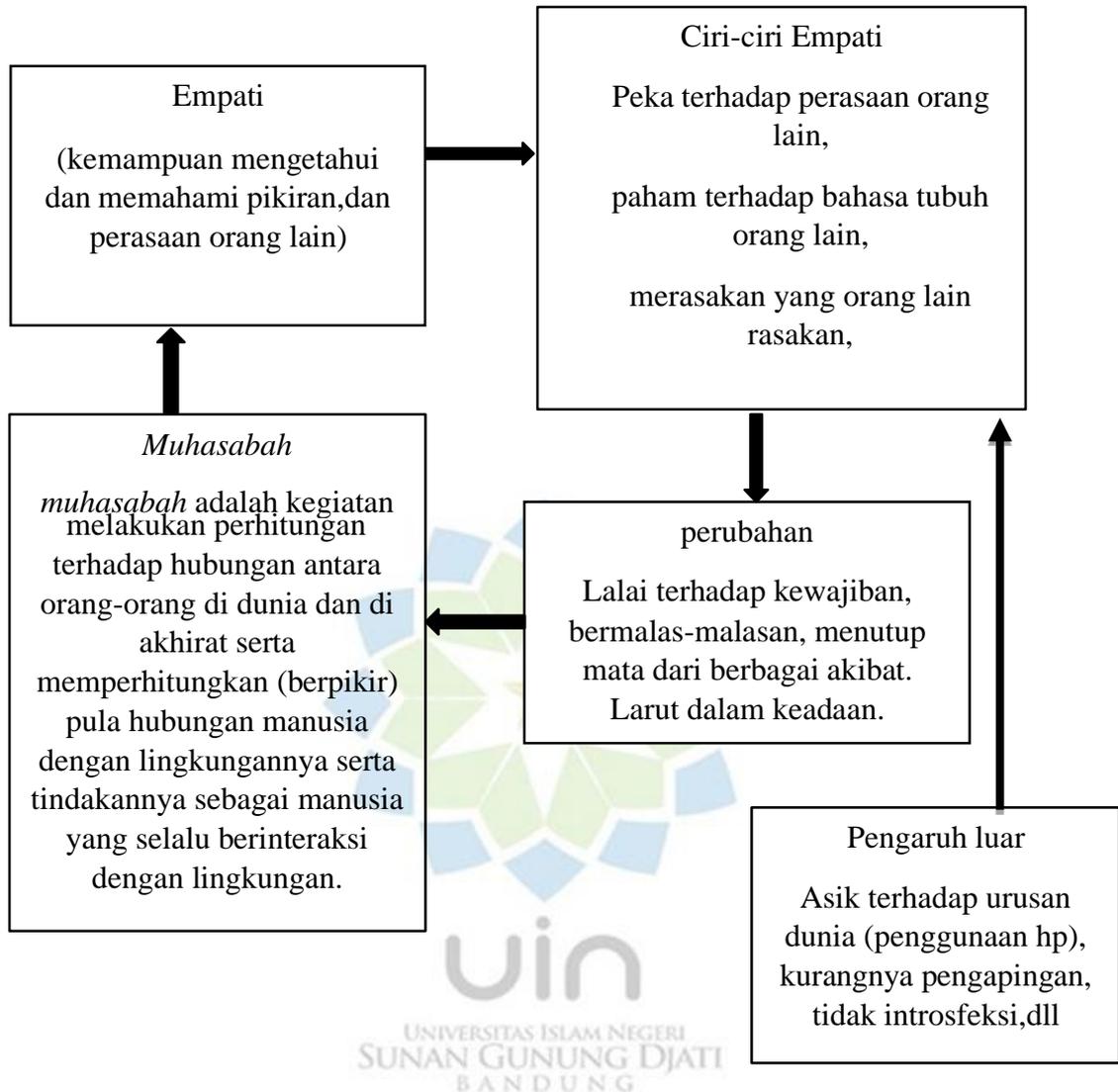
¹⁶ van Dijk, *The Role of Self-Evaluation and Envy in Schadenfreude*, (European Review of Social Psychology, 2015), h. 160.

ancaman defensif yang akut, memiliki kebutuhan yang lebih besar untuk melindungi pandangan diri mereka, merasa lebih terkendali mengetahui kemalangan orang lain daripada mereka sendiri yang mengalami kemalangan tersebut. Selain itu, penelitian dalam konteks antarkelompok menunjukkan bahwa ancaman inferioritas dalam kelompok memperburuk *schadenfreude* antarkelompok dan rasa menyedihkan individu tentang inferioritas dalam kelompok menimbulkan *schadenfreude* pada kegagalan *outgroup* yang sukses.¹⁷ Temuan-temuan ini menguatkan pandangan bahwa ancaman akut terhadap diri individu atau kolektif dapat memicu *schadenfreude*, bahwa kemalangan orang lain dapat memberi orang peluang untuk melindungi pandangan diri yang terancam.

Berdasarkan penjelasan tentang teori *schadenfreude* diatas peneliti berhipotesis bahwa remaja yang mengalami *schadenfreude* cenderung memiliki empati yang rendah. *Schadenfreude* kemungkinan muncul dalam situasi di mana ketidakseimbangan sudah ada, tetapi kemalangan pihak lain mengembalikan keseimbangan ini lagi. Dalam hal ini, perasaan positif *schadenfreude* berfungsi sebagai sinyal bahwa semuanya baik-baik saja. Ini sesuai dengan gagasan model Fredrickson yang memperluas dan membangun, bahwa emosi positif secara umum berfungsi sebagai sinyal bahwa segala sesuatu berjalan dengan baik dan bahwa mereka dapat memperluas perhatian.¹⁸

¹⁷ Leach CW & Spears R, *Dejection at In-Group Defeat and Schadenfreude Toward Second and Third Party Out-Groups*, (Emotion, 2009), h. 165.

¹⁸ Fredrickson, *The Role of Positive Emotions in Positive Psychology: The Broaden-and-Build Theory of Positive Emotions*, (American Psychologist, 2001) h. 218.



F. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh positif dari pengaruh muhasabah terhadap peningkatan empati pada remaja *schadenfreude*.

Adapun hipotesis statistiknya sebagai berikut :

H_a : Pengaruh muhasabah berpengaruh terhadap empati pada remaja *schadenfreude* (Ada perbedaan nilai sebelum dilakukan pengaruh muhasabah dan setelah dilakukan).

H_0 : Pengaruh muhasabah tidak berpengaruh terhadap empati pada remaja *schadenfreude* (Tidak ada perbedaan nilai sebelum dilakukan pengaruh muhasabah dan setelah dilakukan).

G. Hasil Penelitian Terdahulu

Berdasarkan studi kajian pustaka yang dilakukan, peneliti telah menentukan dan mengambil referensi yang relevan terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan penelitian. Hasil penelitian yang relevan dan berkaitan dengan penelitian ini adalah jurnal dan skripsi dari:

Neng Syifa Zahra dengan judul: *Pengaruh Muhasabah Diri dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMKN 6 Bandung*. Skripsi ini menghasilkan penelitian mengenai pengaruh muhasabah sebagai salah satu cara yang dapat digunakan untuk menumbuhkan motivasi intrinsik. Metodologi penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain penelitian *pre-eksperimental one group pretest-posttest*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan angket, dengan subjek penelitiannya adalah siswa kelas X Jurusan TPM SMKN 6 Bandung dengan jumlah populasi 146 siswa, lalu diberikan angket *pretest* (tes awal) dan terdapat 44 siswa yang mendapatkan hasil dibawah nilai rata-rata (*Mean*) sebesar 89,98 yang selanjutnya akan diberikan *treatment* berupa pengaruh muhasabah diri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh muhasabah diri dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di Kelas X TPM SMKN 6 Bandung karena terdapat kenaikan sebesar 24% dari hasil rata-rata angket *pretest* 68,13 ke nilai rata-rata angket *posttest* 84,79. Berdasarkan hasil uji wilcoxon nilai signifikansi *pretest* dan *posttest* kurang dari 0,05 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.¹⁹

Mida Nurhamidah dengan judul: *Pengaruh Muhasabah dalam Meningkatkan Rasa Empati: Penelitian pada Santri Wati Kelas XII di Pesantren Husainiyah Cicalengka*. Skripsi ini menghasilkan penelitian

¹⁹ Neng Syifa Zahra, Skripsi: “*Terapi Muhasabah Diri dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMKN 6 Bandung*”, (Bandung: UIN Sunan Gunung Djati, 2019).

mengenai pengaruh dari muhasabah atau introspeksi diri dalam meningkatkan rasa empati. Metodologi dalam penelitian ini adalah metode asosistif dengan pendekatan kuantitatif. Dalam pengukurannya penelitian ini menggunakan skala likert dan dengan rancangan eksperimen yang hasilnya dapat dilihat dengan mengetahui kondisi sebelum *treatment* dan setelah *treatment*. Hasil hipotesis yang dilakukan pada penelitian ini adalah bahwa muhasabah mampu membantu meningkatkan rasa empati jika dilakukan dengan penuh keseriusan dan niat untuk memperbaiki diri. Dengan terus melakukan proses muhasabah dan menetapkan perjanjian dengan diri sendiri untuk mengubah kondisi lingkungan yang tidak harmonis maka rasa empati akan muncul dan kehidupan harmonis mulai tampak.²⁰

Siltami Elga Omala, Firman, dan Taufik dengan judul: *Hubungan Empati dengan Agresivitas Siswa SMA Pertiwi 2 Padang Serta Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling*. Jurnal ini menghasilkan penelitian mengenai hubungan empati dengan agresivitas. Penelitian ini merupakan penelitian jenis deskriptif korelasional dengan metode kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah siswa SMA Pertiwi 2 Padang dan sampel sebanyak 152 siswa dipilih dengan *stratified random sampling*. Data dianalisis dengan teknik statistik deskriptif dan teknik *pearson product moment*. Temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa: (1) tingkat agresivitas siswa berada pada kategori sedang, (2) tingkat empati berada pada kategori tinggi, dan (3) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara empati dengan agresivitas dengan koefisien korelasi 0,695 dan taraf signifikansi 0,000.²¹

Azmi Fauziyya Syahidah dengan judul: *Hubungan Antara Empati dengan Cyberbullying pada Remaja di Yogyakarta*. Skripsi ini menghasilkan penelitian mengenai hubungan antara empati dengan *cyberbullying* pada remaja di

²⁰ Mida Nurhamidah, Skripsi: “*Pengaruh Muhasabah dalam Meningkatkan Rasa Empati: Penelitian pada Santri Wati Kelas XII di Pesantren Husainiyah Cicalengka*”, (Bandung: UIN Sunan Gunung Djati, 2019).

²¹ Siltami Elga Omala dkk., *Hubungan Empati dengan Agresivitas Siswa SMA Pertiwi 2 Padang Serta Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling*, (Jurnal Neo Konseling, 2017), h. 1–6.

Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara empati dengan *cyberbullying*. Subjek penelitian ini berjumlah 70 orang dengan rentang umur 15-18 tahun dan sudah menggunakan alat teknologi komunikasi informasi (internet, handphone, tab, dll) minimal 6 bulan terakhir. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala empati dan skala *cyberbullying*, metode analisis dalam penelitian ini menggunakan metode analisis korelasi *product moment* dari Pearson. Hasil analisis data diperoleh hasil korelasi $r_{xy} = -0,401$ dengan taraf signifikan 0,000 ($p < 0,01$) yang berarti bahwa terdapat hubungan yang negatif antara empati dengan *cyberbullying*. Berdasarkan hasil penelitian maka peneliti menyatakan bahwa hipotesis diterima. Variabel empati dalam penelitian ini mempunyai sumbangan sebesar 16,2% sedangkan sumbangan efektif sebesar 83,9% disumbangkan oleh faktor lain dalam *cyberbullying* yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini.²²

Hitomi Watanabe dengan judul: *Sharing Schadenfreude and Late Adolescents' Self-Esteem: Does Sharing Schadenfreude of a Deserved Misfortune Enhance Self-Esteem?*. Jurnal ini menghasilkan penelitian mengenai efek dari bercerita tentang *schadenfreude* yang dialami kepada teman-temannya yang berkaitan dengan harga diri remaja akhir. Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa (242 pria; 238 wanita) disajikan dengan skenario yang menggambarkan kegagalan yang pantas dari teman sekelas saingan superior dan berbagi cerita tentang *schadenfreude*. Harga diri peserta diukur sebelum kemalangan yang dialami oleh saingan dan setelah berbagi cerita tentang *schadenfreude* yang dialami, kemudian dibandingkan dengan peserta yang lain, disajikan dengan skenario tidak berbagi.²³

²² Azmi Fauziyya Syahidah, Skripsi: “Hubungan Antara Empati dengan Cyberbullying pada Remaja di Yogyakarta”, (Yogyakarta: Universitas Mercu Buana, 2017).

²³ Hitomi Watanabe, *Sharing Schadenfreude and Late Adolescents' Self-Esteem: Does Sharing Schadenfreude of a Deserved Misfortune Enhance Self-Esteem?*, (International Journal of Adolescence and Youth, 2019), h. 438-446.

Maria Luz Gonzalez dkk. dengan judul: *Schadenfreude is Higher in Real-Life Situations Compared to Hypothetical Scenarios*. Jurnal ini menghasilkan penelitian mengenai *schadenfreude* lebih tinggi dalam situasi nyata daripada dalam situasi hipotetis. Peserta menggunakan proxy yang berbeda untuk memprediksi reaksi emosional mereka, sementara *out-group dislike* berfungsi sebagai proxy dari *schadenfreude* dalam kedua jenis skenario.²⁴



²⁴ Maria Luz Gonzalez dkk., *Schadenfreude is Higher in Real-Life Situations Compared to Hypothetical Scenarios*, (PLOS ONE, 2018), h. 1-10.